

# La Voie du Qi Gong

Cours et stages de Qi-Gong

Ateliers méditation

Marche et Qi-Gong

## Pour nous contacter

☰ La Voie du Qi Gong  
48 Villa de Chennevières  
78700 Conflans-Sainte-Honorine

📞 06.95.68.36.40

@ [www.lavoieduqigong.fr](http://www.lavoieduqigong.fr)

✉ [info@lavoieduqigong.fr](mailto:info@lavoieduqigong.fr)

# La Voie du Qi Gong



## Découvrir – Pratiquer

Le Qi-Gong est une pratique traditionnelle chinoise fondée sur la maîtrise de l'énergie et de la respiration. Cette pratique associe mouvements lents, travail sur le souffle et sur la concentration.

La fluidité des mouvements entretient et améliore la souplesse articulaire et musculaire. Les déblocages énergétiques favorisent un meilleur système immunitaire et retardent le vieillissement.

Ce travail de l'énergie, s'il est régulier, apporte bien être corporel et sérénité.

## Reprise des cours le lundi 17 septembre 2018

### PLANNING DES COURS 2018-2019

#### Maison de Quartier de Chennevières

Rue du Maréchal Ney - Face à la Halle - 78700 Conflans-Sainte-Honorine

Jours	Horaires	Spécificités	Professeurs
Lundi	9h00/10h30	Qi gong traditionnel	Christian
Lundi	10h30/12h00	Qi gong traditionnel	Christian
Mardi	19h00/20h30	Qi gong & relaxation au sol	Dominique
Jeudi	18h00/19h30	Qi gong & relaxation au sol	Dominique
Jeudi	19h30/21h00	Qi gong & relaxation au sol	Dominique

#### Maison de Quartier de Fin d'Oise

25 avenue du Maréchal Gallieni - 78700 Conflans-Sainte-Honorine

Jours	Horaires	Spécificités	Professeurs
Mardi	19h00/20h30	Qi gong traditionnel	Géraldine
Mercredi	17h15/18h45	Qi gong traditionnel	Christian
Mercredi	19h00/20h30	Qi gong traditionnel	Christian



#### Nos enseignants :

**Christian** : 06.84.21.41.98

**Dominique** : 06.68.96.18.20

**Géraldine** : 06.80.87.12.79

NB : Les cours ne sont pas assurés pendant les vacances scolaires.

### ATELIERS THEMATIQUES

En marge des cours dispensés aux adhérents, la Voie du Qi Gong propose :

#### Atelier méditation (adhésion annuelle obligatoire de 20 euros)

- Un mardi par mois de 20h30 à 21h30 animé par Géraldine,
- Un mercredi par mois de 20h30 à 21h30 animé par Christian.

#### Qi-gong et marche

- Un dimanche selon planning (demi-journée - prestation payante)

#### Stage Qi-Gong

- stage Qi Gong animé par l'un des trois professeurs (prestation payante)

Retrouvez les détails des événements et leurs dates sur

[www.lavoieduqigong.fr](http://www.lavoieduqigong.fr)



#### TARIFS

- Adhésion annuelle : 20 euros
- Cours hebdomadaires (plus adhésion) :
  - 1 cours par semaine : 255 euros / an (200 euros pour le conjoint)
  - 2 cours par semaine : 345 euros / an
- Carte de 10 cours : 140 euros (plus adhésion)

**Cours d'essai gratuit sans engagement.** Inscription possible en cours d'année sur tous les lieux des cours. Paiement échelonné possible pour les cours à l'année.